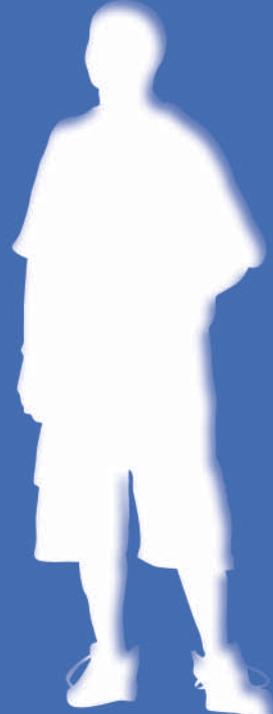


# Entendiendo y guiando a los niños mientras crecen y se desarrollan

Departamento de Servicios para la Familia del Condado de Fairfax  
División de Niños, Juventud y Familia

PROTEGIENDO A LOS NIÑOS...

La Campaña del Listón Azul



Una publicación del Condado de Fairfax, Virginia

El Condado de Fairfax se compromete a no discriminar por incapacidad en ninguno de los programas, servicios y actividades del condado. Se proveerá acomodación razonablemente adecuada de acuerdo a solicitud. Para más información, llame al 703-324-7720; TTY 703-222-9452. Para solicitar esta información en un formato alternativo, llame al 703-324-5870; TTY 703-222-9452.

Marzo de 2007

# Entendiendo y guiando a los niños



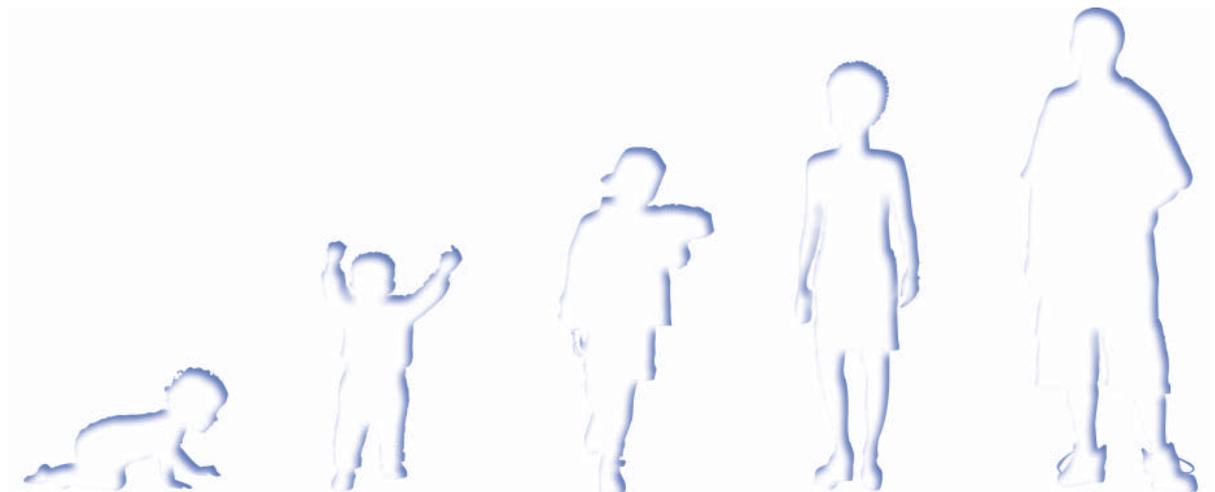
Esta guía fue desarrollada por un grupo de padres, educadores, trabajadores sociales y otros profesionales dedicados al desarrollo infantil. Brinda información para ayudarlo a comprender mejor las conductas típicas de los niños a medida que avanzan en las diferentes etapas del desarrollo y sugiere formas positivas y efectivas de guiar a los niños mientras crecen.

Cada niño, cada padre y cada familia es única. La relación que creamos con nuestros niños es tan especial como ellos mismos. Criar a un niño brinda gran felicidad – y también, en determinadas oportunidades – momentos de gran desafío.

Mientras aprendemos a ser padres, dependemos de muchas fuentes de sabiduría y guía, incluyendo nuestra propia familia, cultura y tradiciones religiosas. No obstante, para todo padre vendrá un tiempo en que su hijo le planteará un desafío que no estará seguro de cómo manejarlo – podría ser durante los primeros días o semanas de vida de su hijo o quizás mucho más adelante, durante el deseo de independencia emergente en los años de la adolescencia.

Este folleto brinda información y recursos para ayudar a los padres a crear relaciones sólidas con sus hijos a cualquier edad. Esas relaciones especiales crean los cimientos en los esfuerzos de los padres que hacen por sostener el desarrollo saludable de sus hijos.

La Campaña del Listón Azul del Condado de Fairfax dedica *Entendiendo y Guiando a los Niños mientras Crecen y se Desarrollan* a padres y demás adultos cuyas acciones diarias moldean la vida y el futuro de los niños – y a los niños, porque son la esperanza y el futuro de nuestra comunidad.



# Bebés: Desde el nacimiento hasta los 18 meses



Todos los bebés son diferentes. Llegan al mundo con sus personalidades propias especiales. Los recién nacidos reconocen la diferencia entre sus padres y los extraños. Ellos necesitan y buscan escuchar y sentir la suave voz y caricia de sus padres. Los bebés comunican sus necesidades a través del llanto – ese es su lenguaje. Cuando los bebés lloran, necesitan algo de inmediato (por ejemplo: comida, cambio del pañal, un abrazo/apapacho, una siesta).

Los bebés crean lazos fuertes con las personas que se preocupan por ellos. Esta relación es importante para su sano crecimiento y desarrollo. Su bebé aprende, a través del cuidado que usted le brinda, que el mundo es un lugar seguro. A medida que los bebés crecen, comienza su aprendizaje en el uso de palabras para comunicar sus necesidades, asimismo, adquieren mayor movilidad –se sientan, giran, gatean y caminan.

## Lo que pueden hacer los padres:

- **Aprenda cómo situar a su bebé en una posición aventajada durante el embarazo.** La crianza comienza con una buena atención de la salud antes del nacimiento del bebé. Para garantizar el desarrollo saludable de su bebé, es importante obtener atención médica lo antes posible durante su embarazo, al menos dentro de los tres primeros meses.
- **Llegue a conocer a su bebé.** Algunos bebés son irritables todo el tiempo, mientras que otros sólo son durante determinados momentos del día. Algunos bebés lloran mucho, y otros parecen sonreír todo el día. Todas estas personalidades son normales, y todos los bebés necesitan que sus padres entiendan cuáles son sus necesidades especiales. Aprenderá rápidamente si su bebé necesita alimentación, baño, vestimenta, cambio de pañal o un abrazo confortable. Recuerde – lo que más precisa el bebé para estar contento y saludable es su atención cariñosa.
- **Abrace y consuele a su bebé cuando llora.** Cuando los bebés que lloran son atendidos rápidamente, lloran menos y comienzan a confiar en los adultos. **Nunca es malo consentir ó mimar a los bebés.**
- **Hable con su bebé. Usted es su primer maestro.** Hable con su bebé al alimentarlo, al cambiarle el pañal y al jugar con él. Cuando vaya a la tienda, dígame a su bebé lo que usted está haciendo – hable. Esto lo ayuda a sentirse seguro y a desarrollar las habilidades del idioma. Ayude a su bebé a que aprenda mediante el habla, el canto y leyéndole.
- **Juegue con su bebé.** Los bebés aprenden acerca de ellos mismos y de las personas que los rodean degustando, tocando, escuchando, oyendo y olfateando cosas. Mantenga los artículos pequeños lejos del alcance de su bebé, para evitar que se atragante. Bríndele a su bebé artículos seguros para que toque y explore. Sonríale a su bebé y él le devolverá la sonrisa. A los bebés les encanta ver las sonrisas de sus padres. Motive a su bebé a que explore mientras que usted se encuentra cerca. Él querrá ver que usted está allí para sentirse seguro.
- **Coloque a su bebé de espalda para dormir.** Los bebés menores de un año de edad deben ser colocados de espalda para dormir a fin de reducir el riesgo del Síndrome de Muerte Súbita Infantil (SIDS). Para evitar las posibilidades de asfixia o SIDS, no utilice almohadas, sábanas o guardas ante-golpes en la cuna. No fume ni permita que otros fumen cerca de su bebé. Vigile frecuentemente a su bebe mientras duerme. Para más información, visite [www.sids.org](http://www.sids.org).
- **Pida ayuda cuando se sienta frustrado.** Pídale ideas a un familiar, un amigo, un maestro o un doctor acerca de cómo tranquilizar a su bebé cuando no deja de llorar. **Nunca sacuda a su bebé porque podría causarle daño cerebral o la muerte.**



# Niños pequeños: 18 meses a 3 años



Los niños pequeños son curiosos y les gusta explorar. Les gusta caminar, correr y trepar. Los niños pequeños crecen y cambian rápidamente y en ocasiones no piensan antes de actuar. (Aún están aprendiendo auto-control.) Los niños pequeños pueden dejar caer los objetos y en ocasiones romperlos porque están aprendiendo sobre la causa y efecto. Están aprendiendo a hablar y a expresarse. “No” es una de las palabras más fáciles que pueden decir los niños pequeños.

A los niños pequeños les gusta hacer cosas solos y a menudo le dirán: “¡Yo puedo hacerlo solo!” Pero todavía son muy dependientes y ligados a sus padres. Los niños pequeños tienden a perturbarse cuando los deja con un cuidador. Hasta que los niños pequeños aprendan del mundo, seguirán necesitando de su atención y saber que pueden confiar en usted para brindarles confort y cuidado.

## Lo que pueden hacer los padres:

- **Juegue con su niño y demuéstrole afecto.** Su niño pequeño necesita y requiere de su tiempo y atención. Lea y juegue con su hijo. Agárrelo y abrácelo. El amor y el afecto ayudan a que el niño se sienta feliz y seguro.
- **Hable con su hijo y compartan libros.** Hablar, leer y cantar contribuirá a que el idioma de su hijo se desarrolle. Comparta canciones e historias que son importantes para usted y su familia. Su niño pequeño podrá pedirle el mismo libro una y otra vez, pero eso está bien porque sus hijos aprenden a través de la repetición.
- **Proporciónale a su hijo lugares seguros para que explore y juegue dentro de su hogar y al aire libre.** Los niños aprenden explorando su entorno. Esté cerca para ayudarlo cuando lo necesite. Su niño pequeño podría gatear para subir las escaleras pero necesita ayuda para bajar con seguridad.
- **Brinde rutinas regulares con reglas claras y constantes.** A través de las rutinas, los niños pequeños hallan más seguridad al saber qué esperar y qué se espera de ellos. Las reglas deben ser claras, pero no demasiadas.
- **Ofrezca opciones reales y acepte una de ellas.** “¿Quisieras leche o jugo?” Esto le permite al niño pequeño experimentar un sentido de control, mientras que le establece los límites. Permítale escoger qué libro desea leer o qué juego jugar. Su niño pequeño se sentirá orgulloso al hacer la elección.
- **Sea paciente con el aprendizaje del uso del inodoro.** Su niño pequeño podría permanecer seco por largos periodos de tiempos. Esto puede ser una señal temprana de que su hijo está listo para aprender a utilizar el inodoro. Reconozca e incentive los esfuerzos de su niño pequeño. Algunos niños pueden controlar sus necesidades del baño a los dos años; otros podrían carecer de este control hasta los tres o cuatro años. Mantenga expectativas realistas y buen sentido del humor. Los accidentes son parte del aprendizaje.
- **Ayude a su niño pequeño ante los berrinches.** Demuéstrele que entiende como se siente su niño, pero hágale saber que no conseguirá lo que busca por medio de los berrinches o ataques de enojo. Trate de ignorar los berrinches a menos que su hijo corra riesgo de lastimarse, lastimar a los demás o romper algo.
- **Concéntrese en lo que “puede” y “no puede” hacer.** Cuando los adultos pasan más tiempo indicándole a los niños lo que *pueden* hacer, en lugar de lo que *no pueden* hacer, los niños se ven más favorecidos. En lugar de decirle: “No, no toques eso”, trate de llamar su atención con un juguete o una actividad diferente: “Puedes usar los crayones sobre el papel (no sobre las paredes).”
- **Sea ejemplo de la conducta que desea ver en su hijo.** Los niños copian la conducta de los padres. Si usted es paciente, cuidadoso y amable, su hijo aprenderá a tratar a los demás como usted lo hace con él. Cuando los padres azotan, golpean o insultan a los niños, los niños podrían sentir que no son amados y tienden a copiar esa conducta con los demás.

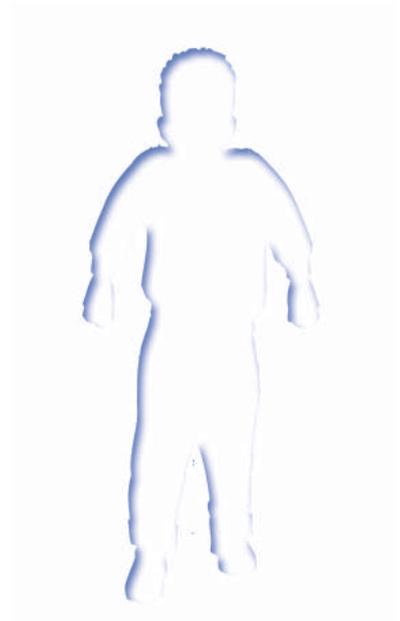
# Edad preescolar: 3 a 5 años



Los preescolares son enérgicos y activos. Necesitan mucha actividad física y sólo pueden quedarse quietos por breves periodos de tiempo. Los preescolares aprenden mejor a través del juego. Disfrutan estando con amigos. A menudo juegan cerca de otros niños pero no con ellos. Los preescolares son independientes y les gusta desafiar los límites establecidos por los adultos. Les gusta hablar y hacer muchas preguntas. Los preescolares a menudo necesitan ayuda de los adultos para encontrar palabras que expresen sus necesidades y sentimientos.

## Lo que pueden hacer los padres:

- **Regáله tiempo a su hijo.** Los niños quieren estar con sus padres. Puede pasar tiempo con su niño durante las rutinas diarias normales. Lea con su hijo, comparta tareas, cocine y siempre converse con su hijo. Comparta su idioma, historias y canciones de la familia. Su hijo aprenderá acerca de quién es y qué tradiciones son importantes para su familia.
- **Llegue a conocer a su hijo.** Si sabe que su hijo se irrita durante la primera hora del día o cuando está cansado o con hambre, no le exija demasiado en ese momento. Si de repente tiene miedo a algo, demuéstrole que lo comprende. Esto es un comportamiento común en los niños en edad preescolar.
- **Establezca expectativas claras y constantes.** Cuando los niños conocen lo que se espera de ellos, se sienten más seguros y más capaces de cumplir las reglas que se les estableció.
- **Bríndele a su hijo instrucciones sencillas y claras.** Su hijo quizás no entienda si utiliza demasiadas palabras, o si le da instrucciones con demasiados pasos. Simplemente dígame a su hijo lo que necesita. Por ejemplo: "Recoge tu juguete de las escaleras. Alguien podría caerse."
- **Bríndele a su hijo opciones reales.** Al igual que los niños pequeños, los preescolares necesitan percibir un sentido de control. También necesitan límites claros. Por ejemplo: "¿Hoy quieres usar tu camisa azul o verde?"
- **Bríndele a su hijo palabras que demuestren emociones fuertes.** Esto contribuye a que su hijo aprenda cómo reconocer los efectos de sus propias emociones y a comprender los sentimientos de los demás. Comparta historias que traten sobre los sentimientos y dígame: "Mira este rostro. ¿Puedes ver que está enojado?" Demuéstrele a su hijo que entiende sus sentimientos: "Parece que estás triste."
- **Detenga las conductas agresivas que no le agradan.** Pregúntese: "¿Que pudo haber sucedido antes de que ocurriera esa conducta?" Considere que su hijo puede estar agotado o con hambre. Sugírole y ayúdele a empezar una nueva actividad o lleve a su hijo a algún lugar donde pueda descargar sus sentimientos de agresividad sin lastimarse a sí mismo o a los demás. Por ejemplo, puede decir: "Si tienes ganas de golpear, golpea tu almohada, pero a mí no me puedes golpear."
- **Sea ejemplo de la conducta que desea ver en su hijo.** Si su hijo escucha palabras amables, tenderá a repetirlas. Si ve afecto, tenderá a demostrar afecto. Si las discusiones o la violencia son comunes en su hogar, su hijo podría copiar esa conducta.



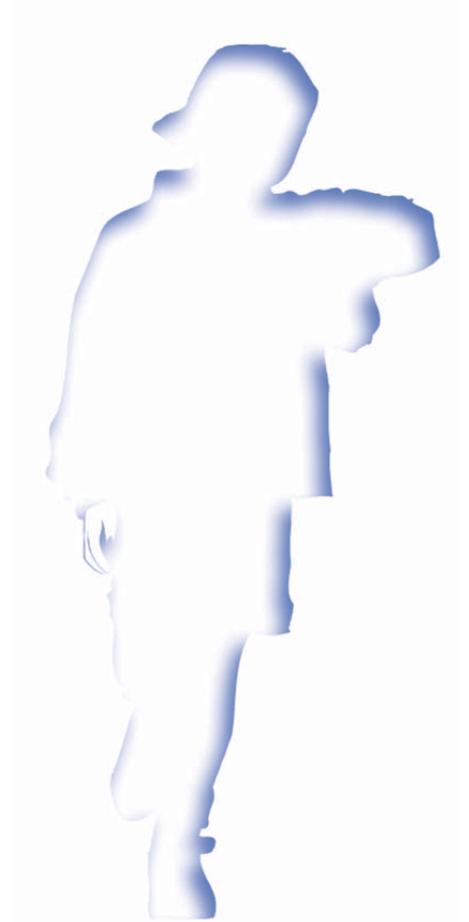
# Edad de Escuela Primaria: 5 a 8 años

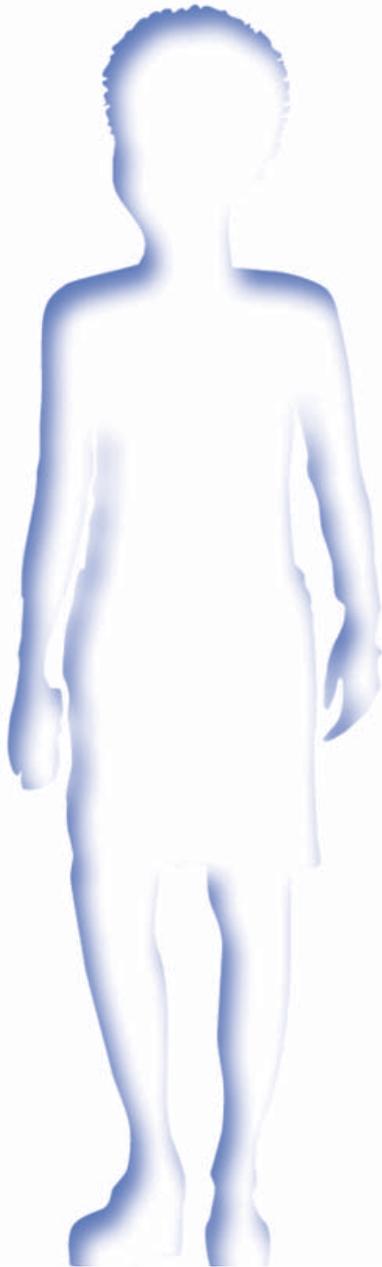


Este es un periodo en que a los niños realmente les gusta hablar y tienen mucho para compartir. Son enérgicos y activos. Los niños en edad escolar le dan mucha importancia a las reglas. Pueden prestarle atención a las cosas que les interesa pero tienen breves periodos de atención para las instrucciones verbales de los adultos. Disfrutan aprendiendo y probando cosas nuevas. A esta edad comienza a desarrollarse el interés por compartir con los demás. Las amistades con los niños del mismo sexo se torna importante.

## Lo que pueden hacer los padres:

- **Dedíquele tiempo a su hijo.** Hable, comparta canciones, historias y actividades en familia. Esto ayudará a su hijo a que comprenda mejor sus creencias, tradiciones y expectativas. Esto contribuirá a su sentido de identidad.
- **Sea paciente y déle recordatorios a menudo.** Los niños a menudo tienden a olvidar lo que se les dijo, y puede que tengan que intentar varias veces hasta hacer algo correctamente. Trate de darle instrucciones de pocos pasos en lugar de pedirle a su hijo que haga varias cosas a la vez. Por ejemplo: "Recuerda lavarte las manos luego de ir al baño."
- **Bríndele a su hijo reglas claras y consecuencias razonables.** Esto le ayudará a su hijo a sentirse seguro y responsable de sus acciones. Por ejemplo: "Recuerda que la regla era que permanezcas en el patio cuando juegues afuera. Como te fuiste del patio, ahora tendrás que entrar."
- **Establezca límites para su hijo.** Tome decisiones acerca del uso de la televisión, la música, los videos, los videojuegos, el Internet y otras actividades. Muchos programas de televisión y videojuegos contienen temas violentos o para adultos. Los niños pueden tomar ejemplos de conducta que ven en la televisión.
- **Permítale a su hijo saber que entiende cómo se siente.** Esto le demostrará a su hijo que sus sentimientos son reales e importantes. "Entiendo que estés enfadado con tu hermana porque no quiere jugar contigo."
- **Reconozca la conducta positiva de su hijo con palabras alentadoras.** Esto permitirá que su hijo se sienta bien consigo mismo y que mantenga la misma conducta en el futuro. "Vi que has guardado tus juguetes. ¡Muy bien! ¡Ahora tienes más espacio para bailar!"
- **Ayude a su hijo a que aprenda a resolver problemas.** Esta es una habilidad importante que su hijo necesita en la escuela, al jugar con amigos, y al tratar situaciones difíciles. Por ejemplo: "Tu hermano está usando la computadora. ¿Qué puedes hacer mientras esperas tu turno?"
- **Sea ejemplo de la conducta que desea ver en su hijo.** Los niños aprenden de su comportamiento. Si no quiere que su hijo utilice un lenguaje que no le agrada, usted no debería utilizarlo. Si quiere que su hijo utilice palabras amables, usted debería utilizarlas. Si quiere que su hijo lea, permita que él vea que usted lee.





Los preadolescentes atraviesan por muchos cambios físicos y emocionales. Pueden acomplejarse por los cambios en sus cuerpos. Tratarán de entender quienes son, qué hacen bien, y cómo encajar entre sus amigos y familiares. Los preadolescentes comienzan a responsabilizarse por su conducta. Tienen un firme sentido de la justicia. La interacción con las amistades y los compañeros se torna muy importante para ellos. A menudo se preocupan de cómo son juzgados por los demás. Pueden suceder burlas y riñas a esta edad.

## Lo que pueden hacer los padres:

- **Hable con su hijo.** La comunicación abierta y sincera facilitará que su hijo comparta los problemas y le pida consejo ahora y más adelante.
- **Escuche a su hijo.** Escuchar le ayuda a interiorizarse más acerca de los diferentes estados de ánimo y sentimientos de su hijo. Muestre respeto por los sentimientos, pensamientos e ideas de su hijo. Evite interrumpirlo y darle su opinión hasta que haya escuchado todo su relato.
- **Déle a su hijo cada vez más responsabilidades.** Esto ayudará a su hijo a cimentar la independencia y la confianza en sí mismo. Demostrará la confianza que tiene en las habilidades y decisiones de su hijo. Asegúrese de que la responsabilidad sea conforme a la edad y al nivel de madurez de su hijo.
- **Tranquilice a su hijo.** Encuentre algo positivo para decir de su hijo todos los días. Para los niños, es importante hacer cosas que disfrutan y probar cosas nuevas. Enséñele a su hijo que cometer errores y fallar también es parte de aprender y crecer.
- **Proporcione límites y pautas.** Los preadolescentes necesitan límites y pautas claras y constantes para sentirse seguros y protegidos. Establezca límites y reglas junto con su hijo. Los niños tienden a obedecer las reglas si tienen participación estableciéndolas, y si las reglas “tienen sentido.” Converse sobre las expectativas y decidan juntos cuáles serían las consecuencias. Por ejemplo, usted y su hijo pueden acordar que deberá completar su tarea antes de reunirse con sus amigos.
- **Ayude a su hijo a manejar eficazmente las burlas y las riñas.** Enséñele a su hijo a que no se burle ni pelee con los demás niños. Dígale que pida ayuda a un adulto de confianza en caso de burlas o peleas. Involúcrese. Comparta sus preocupaciones con el maestro de su hijo. Haga que su hijo participe de actividades que lo ayuden a crear amistades.
- **Comparta sus valores y tradiciones familiares con su hijo.** Esto ayudará a que su hijo comprenda mejor sus creencias y sus expectativas. Contribuirá a un sentido de identidad positivo y fortalecerá los vínculos familiares.
- **Sea ejemplo de la conducta que desea ver en su hijo.** Los niños copian lo que ven y lo que aprenden. Sea la clase de persona que quiere que su hijo sea. Enséñele a su hijo a respetar los sentimientos y creencias de los demás demostrándole el respeto que usted tiene para su hijo y para los demás.

# Adolescentes: 13 a 18 años



Los adolescentes tienen un claro entendimiento de las reglas y las consecuencias. Desean asumir más responsabilidades. La identidad propia y la independencia son importantes y a menudo conducen a conflictos con los padres acerca de los valores y las creencias. Los adolescentes desarrollan una fuerte cultura con los compañeros y les interesa ser aceptados por ellos. Podría desarrollarse el interés en las relaciones amorosas. La presión de los compañeros es fuerte y puede moldear la conducta del adolescente, pero los **padres siguen siendo la principal influencia en la vida del adolescente**. Aunque lo nieguen, los adolescentes siguen necesitando y desean la atención y la interacción con sus padres.

## Lo que pueden hacer los padres:

- **Hable con su adolescente.** Los padres podrían sentir que el adolescente no quiere escucharlos, pero los adolescentes continúan buscando de la guía de sus padres. Esté preparado para escucharlos cuando quieran hablar acerca de lo que es importante para ellos. Comparta sus opiniones acerca de las citas, las drogas, el consumo de alcohol y el cigarrillo.
- **Preste atención a las cosas positivas que su adolescente realice y utilice palabras de aliento.** Por ejemplo, podría decir: "Puedes estar orgulloso de la manera en que manejaste la situación esta mañana."
- **Dedíquele tiempo a su adolescente.** Las actividades positivas con los adultos comprensivos, le brindan a los adolescentes una dirección clara y los ayuda a construir vínculos fuertes con la familia, la escuela y la comunidad.
  - Cocinen y coman juntos en familia. Incluya platillos familiares tradicionales. Los horarios de las comidas son una gran oportunidad para hablar de los acontecimientos del día.
  - Ejercite o practique deportes en familia.
  - Asista a las actividades de la escuela y los acontecimientos comunitarios.
  - Ofrézcase como voluntario junto con su adolescente en su comunidad.
- **Establezca reglas y sea consistente.** Aunque los adolescentes no lo acepten, las reglas y límites los ayudan a sentirse seguros y queridos. Desarrolle reglas en familia y converse acerca de lo que sucede si son desobedecidas. Hable acerca de porqué las reglas deberían respetarse y trabajen juntos para vivir conforme a ellas.
- **Conozca a los amigos de su adolescente y sus familias.** Los amigos ejercen una fuerte influencia a esta edad, por lo tanto es importante que conozca a los amigos de su adolescente y a sus familias. La presión excesiva de los compañeros es realmente positiva. Aliente a su adolescente a pasar tiempo con amigos sanos y positivos. Reciba cálidamente a los amigos en su casa y pase tiempo conversando con ellos.
- **Sepa en dónde se encuentra su adolescente y qué está haciendo.** Establezca reglas claras para su adolescente acerca de lo que puede hacer y con quién puede pasar el tiempo. Determine límites de horario y no le permita asistir a fiestas si no habrá adultos presentes. Sepa dónde se encuentra su adolescente luego de la escuela y durante los fines de semana. Estos son momentos en los que adolescentes no supervisados podrían tener oportunidades para consumir drogas, cometer delitos ó involucrarse en otras conductas riesgosas. El participar en la vida de su adolescente le demostrará que usted se interesa por el.
- **Sea ejemplo de la conducta que desea ver en su adolescente.** Sea la clase de persona que quiere que su hijo sea. Hable con él acerca de lo que cree y lo que espera de él. Demuéstrele el cuidado, la honestidad, la disciplina y la franqueza que quiere que su hijo tenga. Si fuma o abusa del alcohol, sepa que su hijo lo está observando. Mantenga una conducta pacífica. Los adolescentes aprenden de su ejemplo.

# Recursos para padres



Cuando se trata de la crianza, hay muy pocos absolutos, excepto que todo niño necesita ser amado. No existe una “forma correcta.” Los nuevos desafíos pueden surgir diariamente a medida que su hijo crece. La información adicional y el apoyo pueden ayudarle con los desafíos diarios. Desafíos más complicados, como el desempleo o la crianza de un niño con necesidades especiales, pueden incrementar la tensión familiar. Las distintas técnicas de crianza funcionan con los distintos niños bajo determinadas circunstancias. No espere ser perfecto – tiene a disposición información y apoyo.

La Campaña del Listón Azul es una coalición de personas y organizaciones – comunitarias, civiles, escolares, comerciales, religiosas y gubernamentales – dedicada a mantener a los niños a salvo. Visite [www.fairfaxcounty.gov/dfs](http://www.fairfaxcounty.gov/dfs) y presione sobre el listón azul para más información y para ver toda la información disponible sobre las publicaciones de la Campaña del Listón Azul.

## Verifique los recursos comunitarios disponibles en su comunidad:

- **Bibliotecas Públicas.** Libros, acceso al Internet, libros grabados, actividades especiales para niños y familias. Busque la sucursal de la biblioteca más próxima a usted en: [www.fairfaxcounty.gov/living/libraries](http://www.fairfaxcounty.gov/living/libraries), 703-324-3100, TTY 703-324-8365.
- **Deportes y oportunidades de recreación.** (Park Authority) Nueve RECenters con las principales instalaciones acuáticas en la zona del metro. Todos los RECenters tienen clases y campamentos para niños. Otros cuentan con programas preescolares. [www.fairfaxcounty.gov/parks](http://www.fairfaxcounty.gov/parks), 703-324-8700, TTY 703-803-3354.
- **Programas para adolescentes** (Departamento de Servicios Comunitarios y de Recreación). [www.fairfaxcounty.gov/REC/](http://www.fairfaxcounty.gov/REC/), 703-324-8336, TTY 703-222-9693 o Virginia Relay 711.
- **Servicios comunitarios de ayuda para las necesidades familiares.** Si su familia se encuentra atravesando momentos difíciles, el Departamento de Sistemas de Administración de Servicios Humanos del Condado de Fairfax, Planificación de Servicios Coordinados, podrían ayudarle a conseguir alimentos, ropa, vivienda, transporte, atención médica y otros recursos. Comuníquese al 703-222-0880, en español 703-631-3366, TTY 703-222-9452.

## Crianza de los hijos

- **Tome una clase de crianza de hijos.** Las clases de crianza de hijos pueden proporcionarle las habilidades que necesita para criar a un niño feliz y saludable. Encuentre acerca de las clases en los Servicios y Participación Familiar de las Escuelas Públicas del Condado de Fairfax en [www.fcps.edu/DIS/OEFCFS/FLL](http://www.fcps.edu/DIS/OEFCFS/FLL), 703-227-2626, o en la Guía de Recursos para la Crianza, [www.fairfaxcounty.gov/dfs/ParentingResource](http://www.fairfaxcounty.gov/dfs/ParentingResource).
- **Pautas para la Supervisión del Niño.** Los niños de 7 años de edad o menos no deberían quedarse solos por ningún periodo de tiempo. Para más información sobre las Pautas del Condado de Fairfax para la Supervisión del Niño, visite [www.fairfaxcounty.gov/dfs/childreneyouth/homealone.htm](http://www.fairfaxcounty.gov/dfs/childreneyouth/homealone.htm), o llame a la línea directa/de ayuda de los Servicios de Protección Infantil al 703-324-7400, TTY 703-222-9452. La información se encuentra disponible en inglés, español, vietnamita, coreano y persa en [www.fairfaxcounty.gov/dfs/childreneyouth/blue\\_ribbon\\_campaign.htm](http://www.fairfaxcounty.gov/dfs/childreneyouth/blue_ribbon_campaign.htm).
- **Llame a una línea de ayuda.** La línea directa de los Servicios de Protección Infantil del Condado de Fairfax, brinda asistencia a los padres que necesitan ayuda. Llame al 703-324-7400, TTY 703-222-9452. Dos organizaciones ofrecen líneas de ayuda durante las 24 horas para los padres que necesiten asistencia o consejos de crianza: ChildHelp USA®, 1-800-4-A-CHILD(224453); y Prevent Child Abuse Virginia, 1-800-CHILDREN(245-3736).
- **Encuentre recursos para mantener a los niños y adolescentes mentalmente sanos y libres de las drogas.** Se encuentra información disponible en el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos en [www.family.samhsa.gov](http://www.family.samhsa.gov).
- **Aprenda acerca del desarrollo infantil.** Hable con su doctor, maestro o profesional de cuidado infantil si tiene preguntas. Dos organizaciones que poseen información disponible para padres son: Zero to Three®, [www.zerotothree.org](http://www.zerotothree.org); y National Association for Education of Young Children, [www.naeyc.org](http://www.naeyc.org).

## Cuidado del Niño

- **Recursos para encontrar y pagar por el cuidado de niños y cómo ser un proveedor de cuidado infantil.** Oficina del Niño del Condado de Fairfax, 703-324-8100 para servicios en inglés y en español, [www.fairfaxcounty.gov/childcare](http://www.fairfaxcounty.gov/childcare).
- **El programa de “Cuidado de Niños en Edad Escolar”** brinda cuidado infantil antes y después de la escuela para niños que asisten

# Más recursos para padres



al jardín de infantes y hasta el 6° grado. Los centros SACC se encuentran en la mayoría de las escuelas primarias públicas del Condado de Fairfax, al igual que en los Centros Key y Kilmer que atienden a niños y jóvenes con discapacidades, de 5 a 21 años. SACC ofrece cuatro programas: Año Escolar, Invierno, Primavera y Campamento de Verano. Las cuotas de SACC se basan en el ingreso familiar bruto sobre una escala móvil de cuotas. Comuníquese con la inscripción de SACC al 703-449-8989, TTY 711, o visite [www.fairfaxcounty.gov/childcare/sacc.htm](http://www.fairfaxcounty.gov/childcare/sacc.htm) para más información.

## Seguridad en Internet

- **Recursos informáticos y asistencia.** Oficina de las Asociaciones, [www.fairfaxcounty.gov/partnerships/clcp.htm](http://www.fairfaxcounty.gov/partnerships/clcp.htm), 703-324-5171, TTY 703-222-9198.
- **Información sobre seguridad en Internet.** [www.netsmart.org](http://www.netsmart.org); [www.getnetwise.org](http://www.getnetwise.org); [www.childsafenet.org](http://www.childsafenet.org)

## Consejería

- **Hable con alguien.** Si necesita ayuda coménteselo a un familiar, amigo, proveedor médico o líder de su comunidad religiosa con quien tenga confianza. Considere unirse a un grupo de apoyo para padres a través de SCAN de la región norte de Virginia llamando al 703-820-9001, o en [www.scanva.org](http://www.scanva.org).
- **Busque consejería.** La consejería individual, de pareja o familiar puede identificar y reforzar las formas saludables para comunicarse y para criar. Comuníquese con la Junta de Servicios Comunitarios de la Iglesia de Fairfax-Falls - Servicios de Salud Mental al 703-481-4230, español 703-799-2838, TTY 703-481-4110, o el Centro para Servicios Humanos Multiculturales al 703-533-3302, ext. 303, [www.cmhs.org](http://www.cmhs.org).

## Necesidades especiales

- **Recursos para bebés y niños pequeños con necesidades especiales.** Se encuentran disponibles información, recursos y servicios a través de Infant and Toddler Connection en la Junta de Servicios Comunitarios de la Iglesia de Fairfax-Falls Church, [www.fairfaxcounty.gov/csb/ITC/itcmain.htm](http://www.fairfaxcounty.gov/csb/ITC/itcmain.htm), 703-246-7121, TTY 703-324-4495.
- **Recursos para niños y adolescentes con necesidades especiales.** Child Find de las Escuelas Públicas del Condado de Fairfax brinda recursos para niños entre los 20 meses y los 5 años en [www.fcps.edu/ss/preschool/childfd1.htm](http://www.fcps.edu/ss/preschool/childfd1.htm), 571-423-4105. El Centro de Recursos para Padres de FCPS también brinda información para padres acerca de niños con necesidades especiales en [www.fcps.edu/ss/prchomep.htm](http://www.fcps.edu/ss/prchomep.htm), 703-204-3941.
- **Programas deportivos y de recreación para niños y jóvenes con necesidades especiales.** Departamento de Servicios Comunitarios y de Recreación - Servicios Terapéuticos de Recreación, [www.fairfaxcounty.gov/rec/](http://www.fairfaxcounty.gov/rec/), 703-324-5532, TTY 703-222-9693, o Virginia Relay 711.
- **Clemyjontri Park** se encuentra en 6317 Georgetown Park en McLean. El parque ofrece un patio de juegos diseñado para brindar acceso total, un carrusel y una caseta para picnics. Comuníquese al 703-388-2807 o por medio de internet en [www.fairfaxcounty.gov/parks/clemyjontri/](http://www.fairfaxcounty.gov/parks/clemyjontri/).
- **El Programa de Cuidado de Niños en Edad Escolar** atiende a niños con necesidades especiales en todos los centros SACC. Además, los Centros Key y Kilmer ofrecen programas para niños y jóvenes con incapacidades entre los 5 y 21 años. SACC ofrece cuatro programas: Año Escolar, Invierno, Primavera y Campamento de Verano. Las cuotas de SACC se basan en el ingreso familiar bruto sobre una escala móvil de cuotas. Comuníquese con la inscripción de SACC al 703-449-8989, TTY 711, o visite [www.fairfaxcounty.gov/childcare/sacc.htm](http://www.fairfaxcounty.gov/childcare/sacc.htm) para más información.
- **PEATC (Centro de Capacitación de Ayuda Educativa para Padres)** Comuníquese para pedir ayuda para encontrar servicios educacionales, médicos y sociales para niños con discapacidades. Recursos, información y apoyo para padres y profesionales se encuentran disponibles en [www.peatc.org](http://www.peatc.org), 703-923-0010.

Esperamos que esta guía le haya resultado útil. Si tiene sugerencias para incluir información e ideas adicionales en las próximas ediciones, comuníquese con el Departamento de Servicios para la Familia del Condado de Fairfax al 703-324-7720; TTY 703-222-9452. Nos gustara escuchar sus opiniones.